(مختصر ایڈیشن برائے ٹیچرز ورکشاپ)

مرتب و موئلف

ڈاکٹر مقبول حسن

زلیخا انٹرنیشنل انسٹیٹیوٹ آف ریسرچ اینڈ ٹریننگ

https://www.ziirt.eu.org

صدق الله العظيم

نام کتاب: تعلیمی نفسیات (مختصر ایڈیشن برائے ٹیچر زورکشاپ)

مرتب و مؤلف: ڈاکٹر مقبول حسن

اشاعتِ اوّل: مارچ ۲۰۲۰

صفحات موجودہ ایڈیشن: 35

ناشر: زلیخا انٹر نیشنل انسٹیٹیوٹ آف ریسرچ اینڈ ٹریننگ

https://www.ziirt.eu.org

(مختصر ایڈیشن برائے ٹیچر زورکشاپ)

جولائی ۲۰۲۲

تعلیمی نفسیات

ڈاکٹر مقبول حسن

(بمعہ ضمیمہ)

معلمین کو درپیش ممکنہ اہم ترین نفسیاتی عوارض اور ان کا علاج

(مفتی محمد قمر الحسن)

تعلیمی نفسیات

مباحث

1-نفسیات کے معنی و مفہوم

2-تعلیمی نفسیات کی تعریف

3-تعلیمی نفسیات کے مقاصد

4-نشو و نما اور اس کے درجات

5-انسانی نشو و نما کے مختلف ادوار کا مختصراً جائزہ

6-بچپن اور اسکی تعلیمی اہمیت

7-ابتدائی تعلیمی دور کے بچوں کی خواہشات

8-جذباتی تربیت کے اصول

9-ذہانت

10-مقیاسِ ذہانت

11-مقیاسِ ذہانت دریافت کرنے کا اصول

12-ذہانت کے اعتبار سے بچوں کی اقسام

13-ذہانت و نفسیات کے اعتبار سے بچوں کی اقسام

14-تعلیم و تعلّم اور سزا

15-تعلیمی سزا کے بنیادی اصول

16-بچوں کو کیسی سزائیں دی جاسکتی ہیں؟

17-بچوں کی سزا سے متعلق اہم قوانین

18-(ضمیمہ)۔۔۔معلمین کو درپیش ممکنہ اہم ترین نفسیاتی عوارض اور ان کا علاج (مفتی محمد قمرالحسن)

تعلیمی نفسیات

نفسیات کے معنی و مفہوم:-

نفسیات بنیادی طور پر انسانی رویئے اور عقلی زندگی کے سائنسی مطالعے کو کہا جاتا ہے۔ علمِ نفسیات سے مراد ایک ایسا علم ہے جو انسان کی پرورش کے دوران اس کی فطرت و عادات، شعوری ولاشعوری، طبعی و غیر طبعی، انفرادی و اجتماعی ،مذہبی و سیاسی، ادبی و تعلیمی، معاشی ومعاشرتی غرض ہر قسم کے اعمال واحوال جو اسکے ذہن ورویہ پر اچھے یا برے طریقے سے اثر انداز ہوتے ہیں ان کے بارے میں منظم طریقے سے وضاحت کرتا ہے۔

تعلیمی نفسیات کی تعریف:-

تعلیمی نفسیات، علمِ نفسیات کی سب سے اہم شاخ ہے جس کے ذریعہ طلباء کی ذہنی و نفسیاتی کیفیات وصلاحیتوں کا مطالعہ کیا جاتا ہے اور جسے مدِّ نظر رکھتے ہوئے نصاب اور نصابی کتابوں کی تیاری میں مدد لی جاتی ہے۔اس علم کا تعلق کمرۂ جماعت میں تعلیم کی حقیقت اور اس پر اثر انداز ہونے والے عوامل اور اس سے حاصل شدہ نتائج کے جائزے سے ہے۔اسی علم کے ذریعے آزمائش کے مختلف طریقوں کی مدد سے تدریس کے مختلف طریقوں پر تحقیقات کی جاتی ہیں اور ان کے نتائج و فوائد کو سمجھا جاتا ہے۔

تعلیمی نفسیات کے مقاصد:

- اساتذہ و طلباء کے درمیان ہم آہنگی۔
- طالبِ علم سے واقفیت اور کامیاب تدریسی حکمتِ عملی کی تشکیل میں مدد۔

- طلباء کی جماعت بندی میں مدد۔
- تعلیمی سر گرمی اور تعلیمی مسائل کے دوران طلبہ واساتذہ کے مناسب رویّہ کاارتقاء۔
- بہتر معیارِ تعلیم وتربیت کے حصول کے لیے اساتذہ اور تعلیمی اداروں کی مدد کرنا۔
- تدریس کے بہتر اور موئثر طریقوں کی تلاش وانتخاب۔
- نصاب کی تشکیل وترتیب میں طلبہ کی ضرورتوں وصلاحیتوں کالحاظ۔
- آزمائشوں اور جانچ کے معیاری وبہتر نظام کی تشکیل وترتیب کرنا۔
- طلبہ کے مسائل کی درست تشخیص میں مدد۔

نشوونما اوراس کے مختلف درجات

نشوونما سے مرادانسان میں واقع ہونے والی وہ تبدیلیاں ہیں جوانکی پیدائش سے موت تک کے درمیانی وقفہ میں رونما ہوتی ہیں یہ تبدیلیاں کم وبیش مستقل اور ترتیب وار ہوتی ہیں۔انسانی نشوونما کومختلف درجات میں تقسیم کیاجاسکتاہے۔

جسمانی نشوونما معاشرتی نشوونما جذباتی نشوونما ذہنی نشوونما۔

جسمانی نشوونما:

انسان کے جسم میں ہونے والی تبدیلیاں جیسے قداوروزن کابڑھنا کیونکہ کسی بھی فرد کی عمرکااندازہ عموماًاُسکی شکل وصورت اور جسمانی کیفیات سے لگایاجاتاہے۔

معاشرتی نشوونما:

کسی بھی فرد کی شخصیت میں ہونے والی وہ تبدیلیاں جن کی بنیاد پر وہ معاشرہ میں اپنا مقام بناتاہے اور افرادِ معاشرہ کے ساتھ رہنابسنااور معاملات کرناسیکھتاہے، معاشرتی نشوونما کہلاتی ہیں۔

جذباتی نشوونما:

کسی بھی فرد کی شخصیت میں وقت کے ساتھ ساتھ ہونے والی وہ تبدیلیاں جو اسے دوسروں سے ممتاز کرتی ہیں مثلاً کسی بھی احساس(غم، غصہ،خوف،بہادری، نفرت، محبت)کی حرارت یاشدّت کا روزمرّہ زندگی میں محسوس کرنا۔

ذہنی نشوونما:

کسی بھی فرد کی ذہنی صلاحیتوں اور غوروفکر میں ہونے والی تبدیلیاں ذہنی نشوونما کہلاتی ہیں ان کا تعلق محض تعلیمی اور نصابی امور تک محدود نہیں ہوتا بلکہ گھر،خاندان،احباب،اساتذہ،ماحول، زبان،ادب،اور ذرائع ابلاغ کا بھی بہت بڑا کردار ہوتا ہے۔

انسانی نشوونما کے مختلف ادوار:

طفلی دور ،پیدائش سے پانچ سال تک بچپن کا دور ، پانچ سال سے بارہ سال تک بلوغت کا دور ، بارہ سال سے اٹھارہ سال تک پختگی کا دور ، اٹھارہ سال کے بعد

بچپن اور اسکی تعلیمی اہمیت:

انسانی زندگی میں بچپن کی بہت اہمیت ہے کیونکہ بچپن میں سیکھنے اور سمجھنے کا تجّسس زیادہ ہوتا ہے اس کے علاوہ بنیادی صلاحیتیں اور انسانی عادات بچپن میں ہی سیکھی جاتی ہیں۔انسان کی زندگی پر ابتدائی عادتوں،رجحانوں اور تجربوں کا اثر اس قدر گہرا اور مستقل ہوتا ہے کہ انہیں بعد میں مٹانا یا بدلنا بہت مشکل ہو جاتا ہے۔

اس حقیقت میں کوئی شک نہیں کہ بچپن کے تعلیمی پروگراموں میں حصہ لینے والے بچے بہتر سماجی مہارت رکھتے ہیں۔وہ اس تعلیمی دور میں ایسی اہم مہارتیں سیکھتے ہیں جیسے دوسروں کے ساتھ منظّم

طریقے سے بیٹھنا، اٹھنا، دیکھنا، سننا، اپنی باری کا انتظار کرنا، ایک دوسرے کے ساتھ شیئر کرنا، اپنے جذبات (خوشی، غم اور غصہ) کا اظہار کرنا اور اپنے مثبت اور منفی دونوں رویّوں پر قابو پانا۔

ابتدائی تعلیمی دور کے بچوں کی خواہشات

اپنے ابتدائی تعلیمی دور میں اکثر بچوں کی کچھ مندرجہ ذیل خواہشات ہوتی ہیں۔ جنکی تکمیل انکی شخصیت پر مثبت طریقے سے اثرانداز ہوتی ہے۔

عزتِ نفس کی خواہش　　اپنی برتری اور حوصلہ افزائی کی خواہش

خود مختاری کی خواہش　　خود نمائی و تعریف کی خواہش　　دوست بنانے کی خواہش

عزتِ نفس کی خواہش

بچوں کی خواہش ہوتی ہے کہ انہیں بھی اسی طرح عزت دی جائے۔ جس طرح معاشرہ میں میں ایک معزز شخص کی عزت ہوتی ہے انہیں بار بار بے عزت ی نہ کیا جائے اور اسی طرح کسی بھی بات پر بار باران کی ملامت نہ کی جائے۔

اپنی برتری اور حوصلہ افزائی کی خواہش:

بچوں کی خواہش ہوتی ہے کہ ان کی بات پر توجہ دی جائے، حوصلہ افزائی کی جائے اور بڑائی بیان کی جائے۔

خود مختاری کی خواہش:

بچوں کی خواہش ہوتی ہے کہ انہیں ہر کام خود کرنے دیا جائے۔ وہ اپنے ارد گرد کی چیزوں پر اپنے حاصل شدہ علم کے تجربوں سے خود نتائج اخذ کرنا چاہتے ہیں۔

خود نمائی و تعریف کی خواہش:

بچوں کی خواہش ہوتی ہے کہ ہر کوئی انکے کام کی طرف متوجّہ ہو، ان کے ہر کام کو سراہا جائے، اسکی تعریف کی جائے۔

دوست بنانے کی خواہش:

بچوں کی خواہش ہوتی ہے کہ انکے ہم عمر دوست ہوں جن کے ساتھ وہ کھیلیں، بات کر سکیں اور نت نئے تجربات کر سکیں۔

جذباتی تربیت کے اصول

کامیاب زندگی میں جذباتی صحت کی بہت اہمیت ہے۔ بچوں کی جذباتی تربیت والدین اور اساتذہ کا اہم فریضہ ہے۔ جذباتی تربیت کیلئے مندرجہ ذیل طریقوں پر عمل کیا جا سکتا ہے۔

تصعید　　تنقیہ　　ضبط　　مصروفیت　　انحراف

ا۔ تصعید:

کسی فطری رجحان کو اس کی فوری اور فطری جذباتی غرض و ہدف سے ہٹا کر کسی بہتر اور بلند نصب العین کے تابع کرنے کو تصعید کہتے ہیں۔ اپنے شہوانی جذبات کو مخربِ اخلاق مشاغل میں صرف کرنے کے بجائے بہن بھائیوں، قوم، وطن، مذہب اور علوم و فنون سے لگاؤ کی صورت میں تبدیل کیا جا سکتا ہے۔ اس قسم کی تصعیدی تربیت بچوں کی جذباتی تربیت میں سنگِ میل کا مقام رکھتی ہے۔

۲۔ تنقیہ جذبات:

جذبات کا اندر ہی اندر کھولتے رہنا بچوں کی ذہنی اور جسمانی زندگی کیلئے بہت مضر ہے۔ اس لئے ہنسی مذاق اور دیگر تفریحی مشاغل کے ذریعہ جذبات کی بھڑاس نکالنے کی تربیت بچوں کے بہت کام آتی ہے۔ گھُٹے ہوئے جذبات کو اس طرح باہر نکال کر دل ہلکا کرنے کو تنقیہ کہتے ہیں۔

۳۔ضبطِ جذبات:

کسی نہ کسی انداز میں جذبات کا تنقیہ ضروری ہے، تاہم متمدّن معاشرت کیلئے ہمیں اکثر موقعوں پر کئی ایک جذبات دبانے بھی پڑتے ہیں۔ اس لیے کامیاب اور متوازن زندگی کے لیے بچوں کو مناسب موقعوں پر ضبط جذبات سے کام لینے اور اپنے آپ کو قابو میں رکھنے کی تربیت دینا بھی بہت ضروری ہے۔

۴۔ مصروفیات:

جذبات کو ہماری شخصیت کے اندر شور و غوغا برپا کرنے کا موقع عموماً اس وقت ہاتھ آتا ہے جب ہم فارغ ہوں۔ اس لیے کسی قسم کے جذباتی فساد کی زد سے بچوں کو محفوظ رکھنے کیلئے اُنہیں ہر لمحہ کسی نہ کسی دلچسپ اور تعمیری مشغلہ میں مصروف رکھنا ضروری ہے۔ ان میں شروع ہی سے اپنے آپ کو اچھے اچھے اور دلچسپ مشاغل میں مصروف رکھ کر جذبات میں توازن رکھنے کی عادت ڈالنی چاہئے۔ ”بیکار آدمی کا ذہن شیطان کی آماجگاہ ہوتا ہے“۔

۵۔اشتعال انگیز محرکات سے انحراف:

جذبات برانگیختہ کرنے والے افراد، اشیا، محرکات، ماحول اور ڈراموں و فلموں وغیرہ سے بچوں کو حتی الوسع دور رکھا جائے تو بھی ان کی جذباتی صحت کو بہتر طور پر پھلنے پھولنے کے مواقع میسر آجاتے ہیں۔

ذہانت

ذہانت کیا ہے؟ یہ بیان کرنا قدرے مشکل ہے۔ کردار کو ماحول کے حسبِ حال بدلتے رہنا، ماضی کے تجربوں سے حال میں فائدہ اٹھاتے رہنا اور کامیاب زندگی بسر کرنے کیلئے حتی الوسع جدوجہد کرتے رہنا

ذہانت ہے۔ ذہانت کی بدولت ہم پیش آنے والی نئی نئی صورتحال سے نپٹنے کے قابل ہو جاتے ہیں۔ ہمارے تخیّل، استدلال اور تحریر و تقریر میں ذہانت کی چاشنی ہمارا معاشرتی وقار بلند کر دیتی ہے اور ہماری ترقی کے امکان بڑھا دیتی ہے۔

مقیاس ذہانت:

ماہرینِ نفسیات نے مختلف عمروں کیلئے ذہانت کی مختلف آزمائشیں متعین کی ہیں۔ کسی فرد کی ذہانت کو باقاعدہ عدد کی صورت میں پیش کیا جاسکتا ہے۔ اس صورت میں پیش کی ہوئی پیمائش شدہ ذہانت کو مقیاس ذہانت (م۔ذ) کہتے ہیں۔

مقیاس ذہانت دریافت کرنے کا اصول یہ ہے:

مقیاسِ ذہانت=ذہنی عمر ÷ طبعی عمر × ۱۰۰

فرض کیجئے کہ ایک بچے کی طبعی عمر ۱۲ برس ہے۔ آپ اسے کسی ذہنی آزمائش کا ایک پیمانہ حل کرنے کو دیتے ہیں جو عین بارہ برس کے بچوں کیلئے معیاری قرار دیا گیا ہے۔ اگر بچہ اسے بالکل صحیح حل کر لیتا ہے تو اس کی ذہنی عمر بھی ۱۲ برس بیٹھتی ہے۔ اب آپ اس کا مقیاس ذہانت بھی نکال سکتے ہیں:

بچے کا مقیاسِ ہانت=۱۲ ÷۱۲ × ۱۰۰=۱۰۰

اگر وہی بچہ بارہ برس کا پیمانہ حل کرنے کی بجائے صرف گیارہ برس کا پیمانہ ہی حل کر سکے تو اس کی ذہنی عمر ۱۱ برس ہو گی۔ اس صورت میں اس کا مقیاس ذہانت یہ ہے:

مقیاسِ ذہانت = ۱۱ ÷۱۲ ×۱۰۰=۹۱.٦

اس کے برعکس اگر یہی بچہ ۱۳ برس کا پیمانہ بھی حل کر لے تو اس کی ذہنی عمر بھی ۱۳ برس ہو گی اور مقیاس ذہانت یہ ہو گا۔

مقیاسِ ذہانت = ۱۳ ÷۱۲ × ۱۰۰=۱۰۸.۳

مقیاس ذہانت دریافت کر لینے سے کسی فرد کی ذہانت کا صحیح اندازہ ہو جاتا ہے۔ مختلف ذہنی سطح کے لوگوں کا مقیاسِ ذہانت مختلف ہوتا ہے۔

ذہانت کے اعتبار سے بچوں کی اقسام:

بچوں کی اقسام	مقیاسِ ذہانت
فطین	140 یا اس سے زیادہ
بہت ذہین	120 یا139 تک
ذہین	110 یا119 تک
متوسط ذہین	90 سے 109 تک
کند ذہن	80 سے 89 تک
احمق	70 سے 79 تک
ضعیف العقل	50 سے 69 تک
فاتر العقل	20 سے 49 تک
مخبوط العقل	صفر سے 19 تک

ذہانت و نفسیات کے اعتبار سے بچوں کی اقسام:

بچے آپس میں جسمانی، جذباتی، معاشرتی اور ذہنی اعتبار سے بہت مختلف ہوتے ہیں اور کبھی کبھی اس طرح کی اختلافی کیفیات کچھ بچوں میں بہت زیادہ ہوتی ہیں۔ اپنی انہی اختلافی کیفیات کے اعتبار وہ عام بچوں سے مختلف ''غیر معمولی بچے'' کہلاتے ہیں۔ جنکی اقسام مندرجہ ذیل ہیں۔

فطین بچے، کم عقل بچے ، مضطرب بچے ، مجرم بچے ، معذور بچے

فطین بچے:

اپنی غیر معمولی علمی صلاحیتوں کی وجہ سے انہیں خصوصی تعلیم و تربیت کی ضرورت ہوتی ہے۔انکی خصوصی تربیت کیلئے ضروری ہے کہ اساتذہ انکے مقررہ تعلیمی اوقات کے علاوہ ان کی علمی و ادبی تعلیم و تربیت پر خصوصی توجہ دیں اور دورانِ تربیت ان کے مسائل کو حل کرنے کی بھرپور کوشش کریں۔

کم عقل بچے:

بعض بچوں کی ذہانت غیر معمولی طور پر اس قدر کم ہوتی ہے کہ وہ عام بچوں کی طرح اپنے روزمرہ کے تعلیمی کام بہتر طریقے سے انجام نہیں دے سکتے۔اسی لئے اکثر اوقات اپنے ساتھیوں کی ہنسی مذاق اور اساتذہ کی مستقل ڈانٹ اور مار پیٹ کی وجہ سے جذباتی الجھنوں کا شکار رہتے ہیں اور بروقت اصلاح نہ ہونے کے سبب تعلیم سے متنفّر اور معاشرہ سے بدظن ہو جاتے ہیں۔

ایسے بچوں کی تعلیم و تربیت کیلئے اساتذہ کیلئے ضروری ہے کہ وہ تحمّل مزاجی کا مظاہرہ کریں اور سبق کو آسان اور دلچسپ کہانیوں کے انداز میں سمجھانے کی کوشش کریں۔ طلباء کی گروپ بندیوں میں اسباق کی بار بار تکرار اور مختلف مشقوں کے ذریعے اسباق کو پختہ کروانے کی کوشش کریں اور انکی تھوڑی سی بھی محنت پر انکی بھرپور حوصلہ افزائی اور ان کیلئے خصوصی دعاؤں کا اہتمام کریں۔

مضطرب بچے:

اپنی گرم مزاجی، غصیلے پن، جھگڑالوپَن اور حد درجہ ضد کی وجہ سے ایسے مضطرب بچے اکثر اپنے ارد گرد کے ماحول اور لوگوں سے ناخوش اور غیر مطمئن ہوتے ہیں اسی لیے خصوصی تعلیم و تربیت کے محتاج ہوتے ہیں۔ایسے بچوں کی تعلیم و تربیت کیلئے اساتذہ کیلئے ضروری ہے کہ وہ اپنی درسگاہ کا ماحول ہمیشہ خوشگوار رکھیں۔ مختلف سوالات کے ذریعے انکی ذہنی الجھنوں کو دور کرنے کی کوشش کریں۔انکی حوصلہ افزائی کریں اور پُرامید باتوں اور واقعات کے ذریعے انہیں مطمئن کرنے کی کوشش کریں۔

مجرم بچے:

چھوٹی موٹی غلطیوں کے علاوہ بچے کئی قسم کے جرائم کاارتکاب بھی کرتے ہیں مثلاًدوسروں سے چھیڑچھاڑ، فحش گوئی،غصے میں آکردوسرے بچوں اورجانوروں پر تشدّد، بدمزاجی،بڑوں کی توہین،انتقام یاشرارت کی وجہ سے دوسروں کی املاک کو نقصان پہنچانا،دھوکہ دہی اورچوری وغیرہ بچوں کے جرائم کی چند مثالیں ہیں۔ایسے بچوں کی اصلاح کی کوشش کرناہماری معاشرتی ذمہ داری ہے۔

ایسے بچوں کی تعلیم وتربیت کیلئے اساتذہ اوروالدین کی خصوصی توجہ اور اپنائیت بہت ضروری ہے ۔اساتذہ اوروالدین کااچھااخلاق بچوں کو معاشرتی طورپر بہتر بنانے میں اہم کرداراداکرتاہے۔اکثر بچے اس طرح کی حرکتیں احساسِ کمتری کاشکار ہوکرانتقاماًکرتے ہیں بچوں کوبتائیں کہوہ خودکوکم ترنہ سمجھیں ان میں بھی ایسی بہت سی خوبیاں ہیں جودوسروں میں نہیں۔یہی اعتمادانہیں ہر قسم کے حالات کاسامنا کرناسکھائے گا۔بچوں کو سکھائیں کہ صرف کامیابی پر یقین رکھیں۔کسی بھی مسئلہ کواپنے اوپرحاوی نہ ہونے دیں اور اپنے تعمیری ارادوں کو مضبوط رکھیں ۔مختلف کھیلوں کے ذریعے بچوں میں نظم وضبط، قوت برداشت اور تحمّل مزاجی کی مشق کروائیں اورتاریخ اسلام کے سبق آموزواقعات بھی سنائیں۔

آج ہمارامعاشرہ جن مسائل ومصائب میں گھراہواہے اسکی ایک بڑی وجہ خوف خداسے غفلت اور فکرآخرت کو ترک کرناہے ہم نے اس فانی دنیاکواپنامقصود بنالیاہے اورآخرت کی دائمی اورنہ ختم ہونے والی زندگی کو بھلادیاہے اسی لئے آج پورامعاشرہ جرائم کی لپیٹ میں ہے۔ان مسائل ومصائب سے چھٹکارہ پانے کیلئے صرف خوفِ خداہی ایک ایسی چیز ہے جو انسانوں کو تنہائی میں بھی مجرمانہ سرگرمیوں سے بازرکھنے پر مجبورکرسکتی ہے۔

معذوربچے:

غیر معمولی بچوں میں ایک قسم معذور بچوں کی بھی ہے۔ جن میں کسی بھی قسم کا جسمانی نقص نمایاں ہو۔ ایسے بچے اپنے آپ کو دوسروں سے مختلف اور کم تر پا کر احساسِ کمتری اور محرومیت کا شکار ہو جاتے ہیں۔ جسکی وجہ سے ان میں مختلف ذہنی اور معاشرتی بیماریوں میں مبتلا ہونے کے خطرات بڑھ جاتے ہیں۔

ہمارے ہاں اکثر قوتِ گویائی، سماعت اور بصارت سے محروم بچوں کیلئے الگ سے ایسے ادارے قائم ہیں جہاں انکی تعلیم و تربیت کیلئے اساتذہ کو خصوصی ٹریننگ دی جاتی ہے۔ البتہ اگر کبھی ایسے بچے عام اداروں میں تعلیم حاصل کرنے آجائیں تو اساتذہ اور ساتھیوں کا مشفقانہ رویہ ہی انہیں عام بچوں کی طرح زندگی گزارنے میں مدد فراہم کرتا ہے۔

تعلیم و تعلّم اور سزا

سزا کے سلسلے میں اگر حضور ﷺ کا اسوۂ حسنہ دیکھا جائے تو حضرت انسؓ آپ ﷺ کی خدمتِ اقدس میں دس سال رہے، لیکن آپ ﷺ نے انہیں نہ صرف یہ کہ کبھی سزا نہیں دی بلکہ جھڑکا تک نہیں لیکن پھر بھی اگر کبھی سختی کی ضرورت پیش آئی تو حدیث کی رو سے دس سال بعد سختی کی جاسکتی ہے اس کی مثال یہ ہے کہ جس طرح بیماری میں علاج کے لئے کڑوی گولی نگلنی پڑتی ہے، اسی طرح بعض اوقات تعلیم و تعلم میں سختی کی بھی ضرورت پڑتی ہے۔ اگر غلطیوں کو بالکل نظر انداز کر دیا جائے اور کچھ نہ کہا

جائے تو کل بڑی غلطی کا ارتکاب ہو گا۔

تعلیمی سزا کا عمومی مقصد یہ ہوتا ہے کہ بچے کو نظم و ضبط میں رکھتے ہوئے علم و ہنر حاصل کرنے پر مجبور کیا جائے۔ سزا کی بے شمار قسمیں ہیں۔ اس کی سب سے بڑی قسم بدنی سزا ہے جس سے خاص طور پر اجتناب

ضروری ہے۔

تعلیمی سزا کے بنیادی اصول:

بدنی سزا کے ساتھ ساتھ ایسی نفسیاتی سزاؤں سے بھی اجتناب کرنا چاہئے جن سے بچوں کی عزتِ نفس مجروح ہوتی ہو۔البتہ کچھ سزائیں طلبہ کے لئے مفید بھی ثابت ہوتی ہیں۔اگر سزامیں مندرجہ ذیل خصوصیات موجود ہوں تو یہ بچوں کی تعلیم وتربیت میں بھی کام آسکتی ہیں۔

ا۔واضح غرض وغایت ۲۔معقول سبب ۳۔احساس مقصد

ا۔واضح غرض وغایت:

معلم کو بچوں کو سزا دیتے وقت سزا کا مقصد بالکل واضح ہونا چاہیے۔سزا کی وجہ میں کسی قسم کا شک نہیں ہونا چاہئے۔

۲۔معقول سبب:-

سزا دینے کا سبب معقول ہونا چاہیے۔یونہی بے تکے لاٹھی چلانے سے گریز کرنا ضروری ہے۔

۳۔احساس مقصد:-

بچے کو بھی اس بات کو پورا پورا احساس ہونا چاہیے کہ اسے کیوں اور کس لئے سزا دی جارہی ہے۔

جسمانی سزا کے بجائے بچوں کو مندرجہ ذیل سزائیں سزائیں دی جاسکتی ہیں۔

- تھوڑی دیر کیلئے بچہ کو کھڑا کردیں لیکن اپنی توجہ بچہ کی طرف رکھیں کہ وہ سبق پڑھ رہا ہے یا نہیں؟ مقصد صرف کھڑا کرنا نہ ہو بلکہ سبق پختہ کروانا ہو۔
- اپنے بالکل سامنے یا قریب بچہ کو بٹھادیں اور اس کو پڑھنے کو کہیں تاکہ اسے احساس ہو کہ استاد کی مکمل توجہ اس وقت مجھ پر ہے۔
- سبق کم کردیں اور تھوڑی ناراضگی کا اظہار کریں تاکہ اسے احساس ہو کہ استاد میرے سبق یاد نہ

کرنے سے ناراض ہیں۔ لیکن بچہ جیسے سبق سنائے تو اسے شاباش دیں اور اسکی حوصلہ افزائی کریں۔ سزا دینا مقصود ہو تو انکی آپس میں صلح کروائیں اور اپنا لنچ یا کھانے پینے کی اشیاء ایک دوسرے سے باٹنے کو کہیں۔

بوقت ضرورت بچوں کی جسمانی سزا و سختی سے متعلق اہم ضوابط:

حسبِ ضرورت اور بقدر ضرورت سختی و سزا میں کوئی حرج نہیں۔ حدیث میں آیا ہے کہ؛

اپنے بچوں کو نماز پڑھنے کا حکم دو جب وہ سات سال کے ہو جائیں اور جب وہ دس برس کے ہوں تو انھیں ترکِ نماز پر مارو اور ان کے بستر جدا کر دو۔"(سنن ابی داؤد)

تاہم اس کے لئے چند اصول و ضوابط پیش نظر رکھنے بہت ضروری ہیں۔

ا۔ تادیب مقصد ہو، تعذیب مقصود نہ ہو جیسا کہ ڈاکٹر انجکشن لگاتا ہے تو اصلاح مقصود ہوتی ہے علاج پیش نظر ہوتا ہے مریض کو اذیت پہنچانا نہیں ہوتا، مالی بھی درخت کی کانٹ چھانٹ کرتا ہے اس پر قینچی چلاتا ہے مگر خوبصورتی پیدا کرنا مقصود ہوتا ہے۔ بگاڑنا پیش نظر نہیں ہوتا۔ اسی طرح معلّم کے پیش نظر تادیب یعنی ادب سکھلانا ہونا چاہیئے، اذیت/تعذیب نہ ہونا چاہیئے۔

۲۔ غصہ میں سزا نہ دے بلکہ غصہ ختم ہونے کے بعد صحیح فیصلہ کرے۔

۳۔ ضرب شدید نہ مارے جسکو بچہ برداشت نہ کر سکے۔

۴۔ چہرہ یا نازک اعضاء پر ہرگز نہ مارے۔

۵۔ بچوں کو ایسی سزا نہ دی جائے جو شرعاً ممنوع ہو۔

۶۔ بچوں کے والدین کی طرف سے سزا کی اجازت ہو۔

۷۔ اسکول یا مدرسہ کے ضابطہ رو سے اساتذہ کو اسکی اجازت ہو۔

۸۔ بچہ کی طبیعت اس سزا کی متحمل ہو۔

۹۔ سزا کا مقصد تنبیہ و تربیت ہو محض غصہ یا انتقام کے جذبہ کی تسکین نہ ہو۔

۱۰۔ محض ہاتھ سے سزادی جائے، لاٹھی یاڈنڈے کااستعمال ہر گزنہ کیاجائے۔

۱۱۔ ایک وقت میں تین سے زیادہ ضربیں نہ ماری جائیں اور نہ ہی ایک ہی جگہ ماری جائیں۔

۱۲۔ سراور چہرے پر ہر گزنہ مارا جائے۔

۱۳۔ معلّم یامعلمہ اللہ تعالیٰ سے ڈرتا/ڈرتی رہے، کہ اگر زیادتی کی تواس پر مواخذہ ہوگااور یہ بچہ ابھی معاف بھی کردے تو بھی قبل از بلوغ، بچہ کی معافی معتبر نہیں ہے۔

***

(ضمیمہ)

متعلمین کو درپیش اہم ترین
نفسیاتی عوارض اور ان کا علاج

از: مولانا محمد قمرالحسن

یعنی بالخصوص وہ نفسیاتی بیماریاں جو تعلیم و تعلّم کی راہ میں رکاوٹ بن جاتی ہیں اور باوجود پوری کوشش کے بھی نتائج حاصل نہیں ہو پاتے یا تمام تر کاوشیں رائیگاں چلی جاتی ہے۔

۱۔احساسِ خوف　　۲۔احساسِ کمتری　　۳۔احساسِ گناہ

۱۔احساس خوف(Fear Complex)

انسان کی بنیادی جبلّتوں میں ڈر، غم اور خوشی اہمیت رکھتے ہیں یہ اسکی فطرت کا حصہ ہے۔ جب انسان خطرہ محسوس کرتا ہے تو اس کا ردِّ عمل گھبراہٹ، دہشت، پریشانی کی صورت میں ظاہر ہوتا ہے۔ بسااوقات کپکپاہٹ، چہرہ زرد ہونا، پُتلیوں کا پھیلنا اور دل ڈوبنے لگتا ہے، حتّٰی کہ انبیاء بھی خوف سے مستثنیٰ نہیں ہیں قرآن میں آتا ہے فَاَوْجَسَ فِیْ نَفْسِہٖ خِیْفَۃً مُّوْسٰی جس سے ثابت ہوا کہ حضرت موسیٰ نے خوف محسوس کیا تھا خلاصہ یہ کہ خوف ایک فطری چیز ہے تاہم حد سے بڑھ جائے تو یہ بیماری ہے جیساکہ بھوک اور پیاس فطری چیز ہیں مگر حد سے بڑھ جائیں تو استسقاء اور جوع البقر کی بیماری قرار پاتی ہیں۔ تعلیم و تعلّم میں ایک بڑی رکاوٹ احساس خوف کی بیماری ہے۔

احساس خوف کی وجوہات:

ا۔ مدارس و مکاتب کے خلاف لادینی عناصر کی پروپیگنڈہ مہم۔

۲۔ مار پیٹ۔

۳۔ حد سے بڑھی ہوئی ڈانٹ ڈپٹ۔

۴۔ مستقل سخت لہجہ اور بدزبانی۔

۵۔ درسگاہ کا خوفناک ماحول۔

احساس خوف کے نتائج:

ا۔ بچے کی صلاحیت کا منجمد ہو جانا۔

۲۔ درسگاہ سے راہ فرار اختیار کرنا۔

۳۔ ہکلانا۔ پیشاب کا خطا ہو جانا۔

۴۔ دل کا تیز دھڑکنا اور رنگ کا پیلا پڑ جانا۔

۵۔ مطلوبہ نتائج کا حاصل نہ ہونا۔ بھوک نہ لگنا وغیرہ

علاج-1۔۔۔۔ ایک باشعور شخص جو اپنے وجود کو خطرے میں گھرا ہوا محسوس کر رہا ہو تو اسکو اس طرح تسلی دی جاسکتی ہے اور اطمینان دینے کی یہ صورت اختیار کی جاسکتی ہے کہ حفاظت کی دعائیں پڑھ لو، ان شاءاللہ آپکو کوئی گزند نہیں پہنچا سکے گا۔

مثلاً بِسْمِ اللّٰہِ الَّذِیْ لَایَضُرُّ مَعَ اِسْمِہٖ شَیْءٌ فِی الْاَرْضِ وَلَافِی السَّمَاءِ وَھُوَالسَّمِیْعُ الْعَلِیْمُ **(۳، بار)**

یا اَعُوْذُبِکَلِمَاتِ اللّٰہِ التَّآمَّاتِ مِنْ شَرِّمَاخَلَقْ **(۳ بار)** **یا**

قل ھواللہ احد، قل اعوذ بربّ الفلق **اور** قل اعوذبربّ الناس **پڑھ کر اپنے پورے بدن پر دم کرلو ایسا تین بار کرو۔ حدیث میں آتا ہے کہ**: اَنْزَلَ اللّٰہُ عَلیٰ آیَاتٍ لَمْ یَرَمِثْلَھُنَّ قُلْ اَعُوْذُبِرَبِّ النَّاسْ الخ وَقُلْ اَعُوْذُ بِرَبِّ الْفَلَقْ الخ ۔۔ **کہ اللہ نے مجھ پر ایسی آیات اتاری ہیں کہ (حفاظت) ان جیسا کوئی نہیں** قل

اعوذبربّ الناس الخ(پوری) وقل اعوذ بربّ الفلق الخ(پوری)اس سے ایک مسلمان آدمی کی تسلی کا سامان کیاجاسکتاہے اور اسکی کچھ ڈھارس بندھ جاتی ہے،ایک اور طریقہ یہ ہے کہ اسکو صدقہ کرنے کو کہاجائے کیونکہ حدیث میں آتاہے کہ اَلصَّـدَقَۃُتَرُدُّالْبَلَاء اوراس طریقہ کے نفع بخش ہونے کے بہت مشاہدات ہیں۔

ایک طریقہ یہ ہے کہ اسکو صلٰوۃ الحاجت پڑھنے کو کہاجائے۔ کیونکہ آپ ﷺ پر کوئی گھبرادینے والا معاملہ پیش آتاتو آپ ﷺ صلاۃ الحاجت پڑھاکرتے تھے نیز مسلمان کاعقیدہ، رضاء بالقضاء و تقدیر بھی اسکو پُرسکون رکھتاہے کہ لکھے کو کوئی ٹال نہیں سکتااور اسکا بہتر بدلہ آخرت میں ملے گا۔

ایک حدیث مبارکہ میں ہے:

وَاعْلَمْ اَنَّ الْاُمَّۃَ لَواِجْتَمَعَتْ عَلیٰ اَنْ یَّنْفَعُوْکَ بِشَــیْءٍ لَمْ یَنْفَعُوْکَ اِلَّا بِشَــیْءٍ قَدْ کَتَبَ اللّٰہُ لَکَ وَلَواِجْتَمَعَتْ عَلیٰ اَنْ یَّضُرُّوْکَ بِشَـیْءٍ لَمْ یَضُرُّوْکَ اِلَّابِشَـیْءٍ قَدْ کَتَبَہُ اللّٰہُ عَلَیْکَ رُفِعَتِ الْاَ قْلَامْ وَجُفَّتِ الصُّحُفْ۔

علاج-2۔۔۔۔ ہمیں یہ تلقین کی گئی ہے کہ اس دنیامیں حوادثات، مصیبتیں اور مشکلات متوقع ہیں جسکے لئے تیار رہناچاہئے اور جس چیز کاسامنا کرنے کیلئے کوئی شخص تیار ہو تو اسکو اتنی اذیت اور پریشانی نہیں ہوتی جتنی کہ اس شخص کو ہوتی ہے جو خوشیوں، مسرتوں کی توقع لگائے بیٹھاہو اور مصیبتوں میں گھر جائے اسکے برعکس احادیث سے سمجھ میں آتاہے کہ خوشیاں غیر متوقع ہیں اب اگر ایک غیر متوقع چیز حاصل ہو جائے تو اسکی خوشی بہت ہوتی ہے،

حدیث میں ہےمثل ابن أدم وفی جنبہ تسعۃ وتسعون منایا ان اخطاتہ المنایا وقع فی الھرم۔

ابن آدم کو پیدا کیاگیاتو اسکے پہلو میں ننانوے موتیں تھیں اگر یہ موتیں خطا کرجائیں یعنی اسکولاحق نہ ہوں تو بھی بڑھاپے میں تو گرے گا۔

اس حدیث سے بخوبی واضح ہوا کہ مشکلات، مصیبتیں متوقع ہیں اور اسکے لئے تیار رہنا چاہئے لہٰذا اگر کوئی حادثہ ہو بھی جائے تو اسکی مشقت اور اذیت زیادہ نہیں ہو گی۔ جبکہ غیر متوقع کی اذیت بہت شدید ہوتی ہے، جس سے انسان سخت متاثر ہوتا ہے آپ ﷺ نے اچانک حادثہ سے یوں پناہ مانگی ہے،اللھم انی اعوذ بک من الشرفجاءۃ اے اللہ میں اچانک مصیبت سے آپ کی پناہ مانگتا ہوں اور یوں اچانک خیر کا سوال کیا ہےاللھم انی اسئلک من الخیرفجاءۃ۔

بہر حال صدقہ، دعائیں، صلوۃ الحاجت، رضاء بالقضا مصیبتوں کیلئے تیار رہنا احساس خوف ختم کرنے کیلئے انتہائی موثر ہیں اور نفسیاتی طور سے بہت کار گر ہیں۔

کم سن بچوں کے احساس خوف کا علاج

اب سوال یہ ہے کہ چھوٹے اور نوعمر بچوں کے احساس خوف کو ختم کرنے کا کیا طریقہ اختیار کیا جائے کیونکہ مندرجہ بالا طریقہائے علاج انکے لئے فی الحال غیر موثر ہیں کہ انکی سمجھ اور عقل اس حد تک نہیں ہے کہ انکو باشعور قرار دیا جاسکے، تو اسکے لئے ایک واقعہ کا ذکر اس طرح ہے کہ لندن میں منعقدہ ایک سرجری کے امتحان میں سوال پوچھا گیا کہ احساس خوف کی شدید کیفیت میں مبتلا شخص کا فوری علاج کیا ہے؟ شرکاء نے مختلف جوابات دئے، مگر جو جواب صحیح قرار دیا گیا وہ تھا(A Word of Comfort)یعنی ایک تسلی کا جملہ، یہ واقعی فوری اور موثر علاج ہے۔

شدید خوف میں مبتلا شخص گھبرایا ہوا ڈاکٹر کے پاس آئے اور ڈاکٹر اسکو تسلی دے کہ کچھ نہیں، ابھی ٹھیک ہو جائینگے تو آدھا مرض تو ویسے ہی رخصت ہو جاتا ہے۔ جبکہ اسکے برعکس معمولی امراض میں مبتلا مریض کو بھیانک الفاظ کہے جائیں تو پیدا ہونے والا خوف معمولی مرض کو خوفناک حد تک پہنچا دیتا ہے۔

ہمارے ایک صحت مند دوست ایک ڈاکٹر کے پاس معمولی مرض کے علاج کیلئے گئے تو ڈاکٹر نے یوں کہہ دیا کہ آپ جاؤ اپنی قبر کھود لو تمہارا جگر ختم ہو چکا ہے۔ دیکھا گیا کہ کچھ ہفتوں میں ہی اس جملہ کے اثر سے اُنکی صحت گھل گئی تھی حدیث میں آتا ہے کہا اذا دخلتم المریض فنفسوا لہ فی الاجل فان ذالک لایرد شیئا ولکن یطیب نفس المریض کہ جب کسی مریض کے پاس جاؤ تو زندگی کی توقع دلاؤ۔ اس سے تقدیر نہیں بدلتی مگر مریض کا دل خوش ہو جاتا ہے۔

احساس خوف میں مبتلا کم سن بچوں کیلئے بھی تسلی بھرا، محبت بھرا جملہ فوری موثر علاج ہے

آپ ﷺ کی سیرت طیبہ سے بھی یہ سبق ملتا ہے

حضرت انسؓ فرماتے ہیں خدمت النبی ﷺ عشر سنین فماقال لی اف ولالم صنعت ولاالا صنعت میں نے دس سال آپ ﷺ کی خدمت کی، مجھے کبھی اُف نہیں کہا نہ یہ کہ یہ کام کیوں کیا اور نہ کبھی یوں کہا کہ یہ کام کیوں نہیں کیا۔ حضرت عمرو بن سلمہؓ آپ ﷺ کے سامنے کھانا کھا رہے تھے اور انکا ہاتھ پوری پلیٹ میں گھوم رہا تھا جیسا کہ بچوں کی عادت ہوتی ہے، آپ ﷺ نے انتہائی شفقت سے انکو خطاب فرمایا یابنیّ سمّ اللہ وکل بیمینک وکل ممایلیک۔ اے میرے پیارے بیٹے، اللہ کا نام لو، سیدھے ہاتھ سے کھاؤ اور سامنے سے کھاؤ۔ آپ ﷺ کی ہدایت ہے من لم یرحم صغیرنا فلیس منّا۔ جس نے چھوٹوں پر رحم (شفقت) نہ کیا وہ ہم میں سے نہیں (ہمارے طریقے پر نہیں) لہٰذا حتی الامکان شفقت سے کام لیا جائے، شاگردوں کو اپنی اولاد کی طرح سمجھ کر اصلاح کیلئے غور و فکر کر کے مثبت طریقہ کار کو استعمال کیا جائے۔ اور انکو مار پیٹ یا سخت و گرم الفاظ کی میراث نہ دی جائے۔ آپ ﷺ کی وصیت ہے کہ طلباء سے خیر خواہی کا معاملہ کرنا (فاستوصوابہم خیرا)

علماء نے آپ ﷺ کی مذکورہ بالا حدیث پر تبصرہ کرتے ہوئے لکھا ہے کہ من لم یرحم صغیرنا ذکر کیا ہے اور پھر ولم یوقرکبیرنا کا جملہ ذکر کیا وجہ اسکی یہ ہے کہ بچوں پر رحم، مہربانی کا معاملہ کیا جائے

گا تو وہ بڑوں کی عزت، اکرام کریں گے۔ اگر بچوں پر شفقت نہ کی جائے تو ان سے یہ توقع نہیں رکھنی چاہیے وہ ہمارا اکرام کریں گے۔

ایک اہم نکتہ یہ بھی پیش نظر رکھیں کہ کل کو ہماری اولاد کے ساتھ اگر کوئی ایسا معاملہ کرے تو ہمیں کیسی تکلیف ہو گی۔

نفسیاتی طور احساس خوف میں مبتلا بچہ منجمد ہو کر اپنی صلاحیتیں کھو بیٹھتا ہے یا درسگاہ سے راہ فرار اختیار کرتا ہے۔ جیسا کہ اگر کسی کے سامنے بھوکا شیر آجائے تو ان دو صورتوں میں سے کوئی ایک پیش آتی ہے کہ ساکت جامد ہو کر لقمہ تر بن جاتا ہے یا سر پر پیر رکھ کر بھاگ کھڑا ہوتا ہے اس لیے عام طور سے بچے کو معلّم سے والد کی شفقت محسوس ہونی چاہئے اور مزاج پر نرمی غالب ہونی چاہئے۔ حدیث میں آتا ہے کہ نرمی سنوار دیتی ہے، خوبصورت بناتی ہے۔ ایک معلّم کو اپنے شاگرد کیلئے خوبصورت نمونہ عمل ہونا چاہئے۔

۲۔ احساس کمتری Inferiority Complex

احساس کمتری دراصل اس جذبہ کا نام ہے جو انسان میں یہ سوچ پیدا کرتا ہے کہ وہ کسی کام کا نہیں۔ بلکہ دنیا میں ایک ناکارہ وجود کا نام ہے جس سے کچھ نہیں ہو سکتا۔ کبھی اس کے خیالات یوں ہوتے ہیں کہ دنیا میں اس کے وجود کا مقصد صرف بے عزت ہونا اور ذلت کا شکار ہونا ہے۔

احساس کمتری کی پہلی وجہ:

احساس کمتری کی ایک وجہ دنیاوی اعتبار سے کسی کمی، نقصان کا شکار ہونا ہے مثلاً معذور ہونا، قد کا کم یا رنگت کا سیاہ ہونا وغیرہ مالی مسائل ہونا، غربت کا مارا ہونا بھی اس کی وجہ بن جاتی ہے۔ جسکے نتائج میں حسبِ ذیل ہیں۔

(ا) ناشکری کے جذبات پیدا ہو جاتے ہیں کہ اللہ نے اسکو ایسا کیوں پیدا کیا.......؟

(۲) منفی سوچ پیدا ہو جاتی ہے جس کی وجہ سے وہ تنہائی کا شکار ہو جاتا ہے۔

(۳) اندرونی ٹوٹ پھوٹ اور خلفشار کا شکار ہو جاتا ہے جس کی وجہ سے اندر ہی اندر گھٹتا اور گلتا ہے۔

(۴) حسد کی بیماری پیدا ہو جاتی ہے کہ جیسی دوسروں کے پاس خوبصورتی، مالداری یا صلاحیت ہے ویسی میرے پاس آجائے جسکی وجہ سے خواہ مخواہ نقالی کی بیماری میں مبتلا ہو جاتا ہے۔اور ظاہر ہے کہ خوبصورتی عطیہ خداوندی ہے اسی طرح مال کا تعلق مقدر سے ہے جو ہر کسی کو نہیں ملتا بلکہ اللہ تعالیٰ اپنی حکمت بالغہ سے کسی کو زیادہ اور کسی کو کم دیتے ہیں تو حسد میں مبتلا ہو جاتا ہے کہ جب مجھ میں نہیں تو دوسروں میں نہ ہو، اور اس کے اندر یہ خواہش پیدا ہو جاتی ہے کہ دوسرا بھی خوبصورتی اور دیگر خوبیوں سے محروم ہو جائے جیسا کہ یہ خود ہے۔اس کو حسد کہتے ہیں۔

(۵) کام سے دل اچاٹ ہو جاتا ہے، محنت نہیں ہوتی۔

(٦) بسا اوقات ایسا شخص اوچھے ہتھکنڈوں اور گھٹیا طریقوں سے کام کے افراد کے کاموں میں کیڑے نکال کر انکو ذلیل و رسوا کرنے کی کوشش بھی کرتا ہے اور اس طرح اپنی تسلی کا سامان اور جذبہ حسد کی تسکین کرتا ہے۔

(۷) اپنی ذات کے بارے میں بھونڈا ناقدانہ تجزیہ کرتا ہے کہ میں ناکارہ ہوں۔یہ بیماری خواتین میں بھی بڑی شدت سے پائی جاتی ہے لہٰذا شادی بیاہ کی ہر تقریب کے علیحدہ سوٹ و دیگر آرائش و زیبائش کی اشیاء کا خوب اہتمام کرتی ہیں اور اسی کو عزت کا سامان سمجھتی ہیں خواہ گھر میں اندھیر ہو جائے یا **یکثرن اللعن ویکفرن العشیر** کا مصداق بن جائیں۔بسا اوقات یہ دیکھنے میں آیا ہے کہ واقعی ضروریات کو پورا کرنے کیلئے پیٹ کاٹ کاٹ کر بی سی کے ذریعہ جمع کردہ رقم کو مہندی، مایوں، شادی، ولیمہ کے جوڑوں میں پھونک ڈالا اور یوں خودنمائی کے جذبہ نے انکی ساری کوششوں پر پانی پھیر دیا۔

مغرب کے بد سے بد تر فیشن کا ہمارے نوجوان لڑکے، لڑکیوں میں پزیرائی حاصل کرنا بھی احساس کمتری کی وجہ سے ہوتا ہے کہ ہم اپنی تہذیب کو انکی تہذیب سے کم تر سمجھتے ہیں لہٰذا نقالی کے ذریعہ اپنے قد کو اونچا کرنے کی کوشش کی جاتی ہے خواہ غیرت و عزت، حیا و شرم کا جنازہ نکل جائے۔ سچ ہے کہ دوسرے کا منہ لال دیکھ کر اپنا منہ پیٹ پیٹ کر لال کر لینا بے وقوفی ہے۔

ہمارے بعض طلباء ساتھیوں کا بال، کپڑے اور انداز سنت کے بر خلاف، فیشن زدہ کی طرح رکھنا احساس کمتری کا نتیجہ ہے کہ سنت کے مطابق اپنی وضع قطع میں عزت نہیں سمجھتے۔

علاج(۱): بس سوچ بدلنے کی دیر ہے کہ تھوڑا سا زاویہ خیال کو درست کیا اور ان شاء اللہ تعالیٰ علاج ہو جائے گا۔ کہ جسکو کامیابی، عزت کیلئے ضروری سمجھتا ہے حقیقتاً وہ ضروری نہیں ہے۔ خوبصورتی، دولت، مرتبہ، یہ سب عزت اور کامیابی کا مدار نہیں ہے ورنہ ابولہب جیسا خوبصورت انسان جہنم میں نہ جاتا، فرعون اور نمرود جیسے بادشاہ ناکام نہ ہوتے، قارون جیسا مالدار زمین میں نہ دھنستا۔ مگر یہ سب ناکام اور نامراد ہو گئے۔ معلوم ہوا کہ خوبصورتی، دولت، مرتبہ یہ سب عزت اور کامیابی کے جھوٹے معیار ہیں جو ناواقف انسانوں کے خود تراشیدہ ہیں۔ پھر غور کریں کہ خوبصورتی اپنے اختیار میں نہیں خاندان بھی ہماری طاقت سے باہر ہے، جو جس خاندان میں پیدا ہو گیا وہ بدل نہیں سکتا۔ مال کا تعلق مقدر سے ہے یہی وجہ ہے کہ بے وقوف لوگ دنیا میں زندہ ہیں۔ لہٰذا جو چیز اختیار میں نہیں ہے اس کے پیچھے اپنی سوچ، وقت کو ضائع کرنا محض بربادی ہے۔

لہٰذا احساس کمتری کے مرض کا علاج یہ ہے کہ ہم سراب کے پیچھے بھاگنا چھوڑ کر اسلام کا بتلایا ہوا زریں اُصول اور بھولا ہوا سبق یاد کریں۔ کہ دلوں کو صحیح کریں اور عمل کو سنت کے مطابق کریں جبکہ حسن اور مال پر تکیہ کرنا چھوڑ دیں۔

علاج(۲): دنیا کے معاملہ میں اپنے سے نیچے اور دین کے معاملہ میں اپنے سے اوپر کو دیکھیں۔

سرکاری ہسپتالوں میں جا کر مختلف امراض میں مبتلا لوگوں کو دیکھیں گے تو اللہ کا شکر ادا ہو گا اسی طرح دیگر چیزیں ہیں۔ اگر اس کے بجائے چمچماتی گاڑیوں، بڑے بڑے بنگلوں پر رال ٹپکائیں گے تو کچھ ہاتھ نہیں آئیگا۔

اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے: لا تمدن عینیک الی ماامتعنا بہ ازوا جامنہم زھرۃ الحیوۃ الدنیا لنفتنہم فیہ ورزق ربک خیروابقیٰ۔

ترجمہ: آپ صلی اللہ علیہ وسلم ہر گز نگاہ بھی نہ کیجئے جو ہم نے اُن (کافروں) میں سے کچھ کو دی ہیں دنیامیں انکی آزمائش کیلیئے اور آپکے رب کا رزق بہتر اور باقی رہنے والا ہے۔

آپ صلی اللہ علیہ وسلم کا ارشاد ہے: دین کے بارے میں اپنے سے اوپر اور دنیا کے بارے میں اپنے سے نیچے دیکھو۔

مال و دولت کی بذات خود کچھ حیثیت نہیں ورنہ اللہ تعالیٰ کافروں کو نہ دیتا

علاج (۳): اپنے آپ کو ناکارہ سمجھنا چھوڑے اور کمر باندھ کر کھڑا ہو جائے۔ مشہور مقولہ ہے کہ ہمت یہ نہیں دیکھتی کہ دیوار کتنی اونچی ہے۔ اقبالؒ نے کیا خوب کہا ہے

محبت مجھے اُن نوجوانوں سے ہے

جو ستاروں پر ڈالتے ہیں کمند

ایک شاعر نے کہا ہے کہ

کوئی چیز نکمی نہیں قدرت کے کارخانے میں

ڈاکٹر ابو غدۃ عبدالفتاح نے نابینا علماء کے کارناموں پر مستقل کتاب تصنیف کی ہے ڈاکٹر فاطمہ اندھی ہونے کے باوجود دنیا میں نام روشن کر گئی۔

ڈاکٹر سید طہٰ حسین مصر کے عظیم مصنف، دانشور اور وزیر اعظم تھے مگر اندھے تھے۔

علاج(۴): ہر شخص کو اللہ پاک نے کسی نہ کسی صلاحیت سے نوازا ہے۔ جو اپنی صلاحیت کا کھوج لگا کر اسکو اسکے میدان میں لگاتا ہے تو آسانی سے ترقی کا زینہ چڑھتا چلا جاتا ہے، جبکہ اسکے بر عکس نہ آسانی ہوتی ہے اور نہ ہی ترقی ملتی ہے۔ لہٰذا اپنی ذات کو ناکارہ نہیں سمجھنا چاہیے بلکہ اپنی صلاحیت کا کھوج لگا کر اس کے میدان میں استعمال کرنا چاہیے۔ مثلا کوئلہ میں ایک صلاحیت ہے اور سونے میں دوسری ہے اور ہر ایک اپنے میدان میں کار آمد ہے۔ اگر کوئلہ کو سونے کی جگہ یا بر عکس استعمال کیا جائے گا تو بے فائدہ ہے۔

حدیث پاک میں ہے کہ الناس معادن کمعادن الذھب والفضۃ ترجمہ: لوگ بھی کانیں ہیں جیسا کہ سونے اور چاندی کی کانیں ہوتی ہیں۔ ایک اور حدیث پاک میں اسکی ایک دعا یوں آتی ہے کہ اَللّٰھُمَّ اَلْھِمْنِیْ رُشْدِیْ وَاَعِذْنِیْ مِنْ شَرِّ نَفْسِیْ ترجمہ: اے اللہ میری صلاحیت کا مجھے الھام فرما اور مجھے میرے نفس کے شر سے بچا۔

احساس کمتری کی دوسری وجہ: خوامخواہ کی مسلسل ڈانٹ ڈپٹ، لعن وطعن بھی احساس کمتری کا باعث بن جاتی ہے، ایک کم سن بچے کا ذھن ایسے الفاظ سن کر قوت فیصلہ سے محروم ہو جاتا ہے کہ تم بالکل ناکارہ ہو، کسی کام کے نہیں، نکھٹو کہیں کہ، نالائق، بے وقوف وغیرہ لہٰذا وہ سمجھ بیٹھتا ہے کہ جب استاد محترم یہ فرما رہے ہیں تو یقینا ایسا ہو گا جسکے نتیجہ میں وہ بد دل ہو جاتا ہے اور علم سے محروم رہ جاتا ہے بالخصوص اگر بچہ کسی جسمانی خرابی کا شکار ہو یا غربت کا مارا ہو تو کیفیت اور خطرناک ہو جاتی ہے۔

علاج-1: ایسے بچوں کی خصوصی حوصلہ افزائی کی جائے اور خصوصی شفقت کا معاملہ کیا جائے۔ یہ تھوڑا بھی سبق سُنا دیں تو انکو خوب شاباشی دی جائے ہو سکے تو ٹافی وغیرہ انعام میں دے کر ان کا دل خوش کر دیں۔ ان شاء اللہ یہ سب آپ کیلئے صدقہ جاریہ ثابت ہو گا۔

غورفرمائیں: معذور بچوں کو دنیامیں اسپیشل پرسن" Special Person یعنی خصوصی فرد" کہاجاتاہے تاکہ اُنکی حوصلہ افزائی ہو۔ایسے بچے خصوصی شفقت کے مستحق ہوتے ہیں۔

آپ ﷺ کاارشادہے:من لم یرحم صغیرناولم یوقر کبیرنا فلیس مناترجمہ:جوہمارے چھوٹوں پررحم نہ کرےاورہمارے بڑوں کی عزت نہ کرے وہ ہم میں سے نہیں۔

راقم الحروف کاکم سن بچہ پڑھنے سے بہت کتراتاتھا،روتادھوتاتھاکہ میں نہیں جاؤں گا،نہیں پڑھوں گاوغیرہ۔کافی دقّت وپریشانی سے اسکوپہنچاکرآتاتھا۔ایک دن خوش خوش آیااوراگلے دن خوش خوش تیارہوگیا۔وجہ صرف یہ تھی کہ اسکی استانی نےاسکی حوصلہ افزائی کیلئے اسکے چہرہ پربال پین سے ایک اسٹاربنادیاتھا۔چھوٹے بچوں کیلئے اتناہی کافی تھا۔

علاج-2: ایسے بچوں کوایسے لوگوں کی کہانیاں سنائیں جنھوں نے اسپیشل پرسن ہونے کے باوجوددنیاسے خودکومنوایا۔

علاج-3: واقعہ: ایک نئے استادنے سبق پڑھایااورطلباءسے پوچھاکہ کوئی بات سمجھنی ہے تو درسگاہ میں سکوت رہا،کوئی نہیں بولا۔استادنے پھردھرایااورساری درسگاہ پرطائرانہ نظرڈالی توایک بچہ نے ڈرتے ڈرتے ہاتھ اُٹھایااورایک سوال کیاساری درسگاہ کے بچے اس کے اندازپرہنسنے لگے۔ استادنے غورکیاکہ طلباءکے ہنسنے کی کیاوجہ ہے...؟

سمجھ میں یہ آیاکہ اس بچہ کودرسگاہ میں نالائق سمجھاجاتاہے۔لہٰذایہ بچہ بھی درسگاہ میں دبّوسا رہتاہے۔پھراسکول کاوقت ختم ہوگیااورطلباءرخصت ہوئے تواستادنے سوال کرنے والے بچے کوروک لیااوربورڈپرایک شعرلکھااورکہاکہ اسکویادکرلو،اگلے دن پھراستاددرسگاہ میں تشریف لائے،سبق پڑھایااوراس دوران بورڈپرشعرکاایک مصرعہ لکھااورپوچھاکہ دوسرامصرعہ کسی کویادہے...؟سب بچے خاموش رہے۔صرف اُسی دبّوسے لڑکے نے ڈرتے ڈرتے ہاتھ اُٹھایا

تو درسگاہ کے بچے اسکو ڈرامائی نظروں سے دیکھنے لگے بہر حال اس نے شعر کا دوسرا مصرعہ سنا دیا۔ استاد نے اسکو بہت شاباشی دی اور بٹھادیا اسکول کا وقت ختم ہوا تو استاد نے پھر اسی بچہ کو روک لیا اور ایک سوال و جواب رٹایا پھر کہا یاد کر لینا، کل میں سنوں گا۔ اگلے دن دوران درس استاد نے وہی سوال کیا جوابا تمام بچے خاموش تھے کہ اسی طالب علم نے ہاتھ اُٹھایا البتہ اس دفعہ اس بچے میں قدرے اعتماد تھا اور دیگر بچوں کی نگاہ میں قدرے حیرت ہویدا تھی۔ طالب علم نے سوال کا درست جواب دیا یوں انعام کا مستحق قرار پایا۔ اسی طرح کا سلسلہ وقتاً فوقتاً چلا یہاں تک کہ اب وہ طالب علم سمجھتا ہے کہ ہاں میں بھی یاد کر سکتا ہوں، آگے بڑھ سکتا ہوں۔ بلکہ اپنا جہاں آپ پیدا کر سکتا ہوں اس طرح استاد نے اس طالب علم میں حوصلہ پیدا کر دیا۔

یہ ہم بھی کر سکتے ہیں۔ کوئلہ میں ہیرے کو تلاش کر سکتے ہیں بشر طیکہ باپ بن کر سوچیں۔ نیک نیتی سے پڑھائیں۔ اور آخرت کا سامان تیار کریں۔

۳۔احساس گناہ Guilt Complex

انسان نے اپنے لئے مذھباً، رسماً، رواجاً کچھ اقدار کو متعین کیا ہوتا ہے کچھ پابندیاں اور قیودات کو قبول کیا ہوتا ہے جسکی وہ پاسداری کرنا چاہتا ہے اور اسکی چاہت ہوتی ہے کہ اس کی خلاف ورزی نہ کرے لیکن بسا اوقات اسکے منافی کوئی حرکت سرزد ہو جاتی ہے جسکا اسکو افسوس ہوتا ہے اور ندامت کا احساس پیدا ہوتا ہے۔ دوسرے الفاظوں میں احساس گناہ اس جذباتی کیفیت کا نام ہے جو ان کاموں کے ارتکاب سے انسان میں پیدا ہوتی ہے جو مذھباً، رسماً، رواجاً منع ہیں۔ احساس گناہ کی یہ کیفیت ایک حد تک ہو تو فطری ہے اور ایمان کی علامت ہے۔

ایک حدیث مبارکہ میں ہے:اذاسرتک حسنتک وساء تک سئیتک فانت مومن ترجمہ: جب کسی نیکی کوانجام دینا تجھے خوش کردے اور کسی بُرائی کا ارتکاب کرنا تجھ کو غمگیں کردے تو تم مومن ہو۔

نتائج

لیکن بسااوقات یہ کیفیت دل کی خلش کا مستقل سامان بن جاتی ہے تو انسان افراط و تفریط میں مبتلا ہو جاتا ہے جسکے نتیجے میں کئی خرابیاں پیدا ہو جاتی ہے مثلاً انسان خود کو تباہ کرنے پر اُتر آتا ہے اور بسااوقات اسکا اختتام خودکشی پر ہوتا ہے۔

یاانسان دوسروں کو تباہ کرنے پر تُل جاتا ہے یہ سوچ کر کہ میں تو برباد ہو چکا ہوں لٰہذا دوسروں کو بھی برباد کروں گا۔ بسااوقات شیطان ایسے شخص کو اللہ کی رحمت سے مایوس کر دیتا ہے لٰہذا یہ سمجھ کر کہ جب میری مغفرت ہی نہیں ہونی اب خوب گناہ کا ارتکاب کروں

گا۔ ایسا انسان انسانیت پر ناسور بن جاتا ہے (اللہ تعالیٰ سب کو محفوظ فرمائے)

بالخصوص یہ کیفیت ان مذاہب کے ماننے والوں میں پیدا ہوتی ہے جو اللہ تعالیٰ کے منصف ہونے کو ایسا پیش کرتے ہیں جیسے کوئی جابر حکمران، جہاں رحم وکرم اور عفوودرگزر کی کوئی گنجائش ہی نہیں ہے۔ لٰہذا ایسے مذہب کے ماننے والے جب کبھی گناہ کا ارتکاب کر بیٹھے ہیں تو اللہ تعالیٰ کی رحمت سے مایوس ہو جاتے ہیں۔

مثلاً بعض عیسائی پادری بتلاتے ہیں کہ خدا منصف ہونے کہ وجہ سے سزادینے پر مجبور ہے معاف نہیں کر سکتا۔

حدیث مبارکہ میں ایک قصہ آتا ہے کہ : ۹۹ قتل کرنے کے بعد ایک شخص کو توبہ کا خیال پیدا ہوا اور اسکا طریقہ جاننے کیلئے وہ ایک پادری کے پاس گیا تو اس نے صاف صاف کہہ دیا کہ تمہاری

مغفرت نہیں ہو سکتی، لہٰذا اس شخص نے اس پادری ہی کو موت کی گھاٹ میں اُتار کر اپنی سنچری مکمل کر لی۔

یہی حال ہندو مت اور بدھ مت کا ہے لہٰذا گناہوں کی تلافی کیلئے اپنے بدن کو سخت اذیت میں مبتلا کرنا بدھ مت کا حصہ ہے۔

بعض نیک مسلمان بھی جب کسی گناہ کا ارتکاب کرتے ہیں تو اُنکی یہ کیفیت ہو جاتی ہے کہ ندامت میں غرق ہو جاتے ہیں اور اُنکی یہ سوچ ہو جاتی ہے کہ گزشتہ نیکیاں غارت ہو چکی ہیں اور آئندہ کی نیکیاں قبول نہیں ہو نگی لہٰذا وہ نماز روزہ چھوڑ کر بیٹھ جاتے ہیں اور نیکیوں سے ان کا دل اچاٹ ہو جاتا ہے۔

علاج(ا): اللہ تعالیٰ کی رحمت سے مایوس نہ ہوں۔ اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے انہ لایایس من روح اللہ الا القوم الکافرون ترجمہ: اللہ کی رحمت سے صرف کافر لوگ مایوس ہوتے ہیں۔ اسی لئے کہا جاتا ہے "مایوسی کفر ہے"

ایک اور جگہ ارشاد ہے: قل یاعبادی الذین اسرفوا علی انفسہم لاتقنطوا من رحمۃ اللہ ترجمہ: آپ فرما دیجئے، اے میرے بندوں، جنہوں نے اپنے اوپر زیادتی کی ہے اللہ کی رحمت سے مایوس نہ ہوں۔

ایک اور جگہ ارشاد ہے: ورحمتی وسعت کل شی ترجمہ: اور میری رحمت ہر چیز کو وسیع ہے۔

ایک اور جگہ ارشاد ہے: وہو ارحم الراحمین ترجمہ: اور وہ تمام رحم کرنے والوں سے زیادہ رحم کرنے والا ہے۔

علاج(۲): سچے دل سے توبہ کرے اور گناہوں سے معافی مانگے۔ البتہ سچی توبہ کا لازمی جُزیہ ہے کہ ندامت کے ساتھ آئندہ گناہ نہ کرنے کا عزم ہو۔ نیز حقوق اللہ اور حقوق العباد میں جس کی تلافی ہو سکتی ہے اُسکی تلافی کا اہتمام کرے مثلاً قضا نماز اور قرض کی ادائیگی وغیرہ۔

اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے: فمن تاب من بعد ظلمه واصلح فان الله يتوب عليه ترجمہ: پھر جس نے ظلم کے بعد توبہ کرلی اور سدھر گیا تو بے شک اللہ اسکی توبہ قبول کرتا ہے۔

ایک اور جگہ اللہ تعالیٰ کا ارشاد ہے: ان الله لايغفران يشرك به ويغفرمادون ذٰلك لمن يشاء ترجمہ: بے شک اللہ مشرک کو معاف نہیں کریگا اور اسکے علاوہ معاف کرے گا جسکو چاہے۔

حدیث مبارکہ میں آتا ہے کہ: فالله اشد فرحابتوبة العبدالمومن من هذا براحلته وزاده (مشکوٰۃ206) یہ قدرے طویل حدیث ہے تاہم خلاصہ یہ ہے کہ اللہ تعالیٰ کو بندہ مومن کی توبہ سے اس شخص کے مقابلہ میں زیادہ خوشی ہوتی ہے جو کسی صحرا میں مرتے مرتے اپنی گمشدہ سواری اور کھانے پینے کی اشیاء کو دوبارہ پاکر نئی زندگی حاصل کرلے۔

علاج(۳): نیکیوں کو انجام دے:۔

ایک حدیث مبارکہ میں ہے: اتق الله حيث ماكنت واتبع السيئة الحسنة تمحها ترجمہ: جہاں بھی ہو اللہ سے ڈر اور برائی کے بعد نیکی کو انجام دے یہ برائی کے اثر کو ختم کردے گی۔

ایک اور حدیث مبارکہ میں ہے: ایک شخص آپ صلی اللہ علیہ وسلم کی خدمت میں حاضر ہوا اور کہا انی اصبت ذنبا عظيما فهل لی من توبه مجھ سے بڑا گناہ سرزد ہو گیا ہے کیا میرے لئے توبہ کی کوئی صورت ہے آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کیا تمہاری والدہ ہیں...؟ اُس شخص نے عرض کیا نہیں آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا کیا تمہاری خالہ ہے اُس شخص نے جواب دیا جی ہاں آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے ارشاد فرمایا فبرّھا کہ اس کے ساتھ حسن سلوک کرو۔ یہاں پر یہ

شخص نادم آیا تھالہٰذا توبہ تو ہو گئی تھی کہ انماالتوبۃالندم (توبہ ندامت کا نام ہے) لیکن آپ صلی اللہ علیہ وسلم نے نیکی کا حکم فرمایا تاکہ برائی کا جو اثر دل پر رہ گیا ہے اسکی تلافی ہو جائے۔ غور فرمایئے کہ اس پر عمل کرنے سے معاشرہ میں نیکیوں کا چلن کتنا زیادہ ہو گا۔ خواہ وہ صدقہ کے صورت میں ہوں یا خدمت کی صورت میں ہوں۔

***